

**PENGARUH PIJAT KAKI DAN PUNGGUNG TERHADAP
TINGKAT TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI PANTI
WREDHA DAERAH SURAKARTA**

SKRIPSI

**Diajukan sebagai salah satu syarat
untuk meraih gelar Sarjana Keperawatan**



Disusun oleh :

NAMA : Any Risna Andria

NIM : J 210.140.029

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2018

LEMBAR PERSETUJUAN

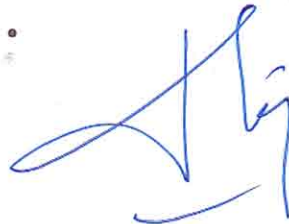
Yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa
skripsi yang berjudul :

PENGARUH PIJAT KAKI DAN PUNGGUNG TERHADAP TINGKAT TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI PANTI WREDHA DAERAH SURAKARTA

Disusun Oleh:
Any Risna Andria
NIM: J210140029

Telah memenuhi syarat dan disetujui untuk mengikuti ujian skripsi
Program Pendidikan Sarjana Study Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Oleh :

Pembimbing



Arina Maliya, S.Kep., Ns., M.Si.Med
Tanggal : 9 Juli 2018

HALAMAN PENGESAHAN

PENGARUH PIJAT KAKI DAN PUNGGUNG TERHADAP TINGKAT TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI PANTI WREDHA DAERAH SURAKARTA




OLEH

ANY RISNA ANDRIA

J210140029

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada tanggal 19 Juli 2018
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Dewan Penguji:

1. Arina Maliya, S.Kep., Ns., M.Si.Med
(Ketua Dewan Penguji) 
2. Fahrur Nur Rosyid, S.Kep., Ns., M.Kes
(Anggota I Dewan Penguji) 
3. Wachidah Yuniartika S.Kep., Ns., M.Kep
(Anggota II Dewan Penguji) 

Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Dekan,


(Dr. Mutalazimah, SKM., M.Kes)
NIK. 786

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum warrohmatullohiwabarokatuh.

Alhamdulillahirobbil'alamin. Segala puji bagi Allah SWT yang selalu penulis panjatkan atas nikmat, taufik dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan penelitian ini yang berjudul “Pengaruh Pijat Kaki dan Punggung Terhadap Tingkat Tekanan Darah Pada Lansia”. Shalawat serta salam semoga tercurah kepada Nabi Muhammad SAW dan orang-orang yang selalu teguh di jalan-Nya.

Adapun dalam penyusunan usulan penelitian ini, penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulis banyak mendapat bimbingan dan saran yang amat bermakna dari berbagai pihak, sehingga penyusunan penelitian ini dapat terselesaikan sesuai dengan yang direncanakan. Untuk itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Dr. Sofyan Anif, M.Si selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Dr. Mutalazimah, S.KM., M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan kebijakan dalam penyusunan penelitian.
3. Ibu Arum Pratiwi S.Kp, M.Kes selaku Kepala Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
4. Ibu Arina Maliya, S.kep., Ns., M.Si.Med selaku Sekertaris Program Studi Keperawatan dan Pembimbing yang banyak memberikan bimbingan, motivasi, nasihat, dan arahan – arahan hingga skripsi ini terselesaikan.
5. Bapak Fahrur Nur Rosyid, S.Kep., Ns., M.Kes selaku penguji I yang telah memberikan saran dan kritik demi penyelesaian skripsi ini.
6. Ibu Wachidah Yuniartika, S.Kep., Ns., M.Kep selaku penguji II yang telah memberikan saran dan kritik demi penyelesaian skripsi ini.
7. Kepala Dinas Sosial Kota Surakarta Drs. Ahmad Hamzah, Msi yang telah memberikan ijin dan kesempatan dalam pelaksanaan penelitian.

8. Pimpinan Panti Wredha Dharma Bhakti Kasih Surakarta Ny. Agustina sri haryanti sumali S.Pd yang telah memberikan ijin dan kesempatan dalam pelaksanaan penelitian ini.
9. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang selalu memberikan semangat dan do'a dalam penyusunan penelitian ini.

Tanpa mereka semua penulis sadar dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna dan tanpa mereka semua penulis belum tentu mampu menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, kritik dan saran sangat penulis harapkan sebagai masukan yang berharga. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan semua pihak yang berkepentingan.

Wassalamu'alaikum warohmatullohiwabarokatuh.

Surakarta, 9 Juli 2018

Any Risna Andria

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan memanjatkan puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayahnya, sehingga saya diberikan kekuatan dan kemudahan untuk menyelesaikan skripsi ini.

Dengan ini saya mempersembahkan hasil skripsi ini untuk :

1. Bapak Sutiyo dan Ibu Rusmini tercinta atas jasa-jasanya. Atas kasih sayang, cinta yang luar biasa, perhatian, dukungan, do'a serta kesabaran dalam mendidik dengan tulus dan ikhlas kepada penulis semenjak kecil.
2. Adik saya Muhammad Rizki Pratama atas dukungan, semangat dan pendengar yang baik untuk peneliti berkeluh kesah dalam proses penyusunan skripsi ini
3. Kakak-kakakku tersayang, Kak Eko Yulianto, Sakti Yuliani dan Lebdo Adi yang selalu memberi support dalam penyusunan skripsi ini
4. Sahabat-sahabatku Imung Desy Erma Pradita, Yohana Augustin Fironika, dan Gia Putri Sunarta atas kisah indah persahabatan semasa kuliah yang tidak akan pernah terlupakan dan menjadi kenangan yang berharga karena telah menghabiskan banyak waktu bersama dan canda tawa bersama.
5. Teman-temanku Lusty Ana Widyawati dan Rulinda Septa Purnama atas support dalam penyusunan skripsi ini.
6. Teman-teman sebimbingan yang telah memberikan semangat dan dukungan.
7. Teman-teman S1 Keperawatan UMS 2014 khususnya kelas A yang selama 4 tahun ini bersama dalam suka duka seperti keluarga kedua dan menuntut ilmu bersama di keperawatan.
8. Para pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.

MOTTO

“Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman diantaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat”

(Q.S Al-Mujadalah:11)

“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah nasib suatu kaum hingga mereka mengubah diri mereka sendiri”

(Q.S Ar-Ra’d:11)

“Barang siapa yang menempuh jalan untuk mencari suatu ilmu. Niscaya Allah memudahkannya kejalan menuju surga”

(HR. Turmudzi)

“Terus berusaha dan berdo’a. Karena kita tidak akan pernah tahu usaha yang seberapa kita akan berhasil dan do’a seberapa yang akan dikabulkan”

(Penulis)



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
Jln. A. Yani Tromol Pos 1 Pabelan, Kartasura Telp (0271) 717417
Surakarta 57102

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : ANY RISNA ANDRIA

NIM : J210140070

Program Studi : SI-KEPERAWATAN

Judul Skripsi : **PENGARUH PIJAT KAKI DAN PUNGGUNG
TERHADAP TINGKAT TEKANAN DARAH PADA
LANSIA DI PANTI WREDHA DAERAH
SURAKARTA**

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang sepengetahuan peneliti tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali secara tertulis diajukan dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila ternyata kelak dikemudian hari terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan penelitian diatas, maka peneliti akan bertanggungjawab sepenuhnya.

Surakarta, 9 Juli 2018

Penulis,

ANY RISNA ANDRIA

J210140029

SURAT PERNYATAAN
TIDAK PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Bismillahirrahmaanirrahiim

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya

Nama : Any Risna Andria

NIM : J210140029

Program Studi : S1 Keperawatan

Jenis : Skripsi

Judul : Pengaruh Pijat Kaki dan Punggung Terhadap Tingkat Tekanan Darah Pada Lansia di Panti Wredha Daerah Surakarta.

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Memberikan hak menyimpan, mengalih mediakan/mengalih formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (data base) kepada Perpustakaan UMS.
2. **Tidak Memberikan Ijin** kepada Perpustakaan UMS mempublikasikan naskah publikasi maupun skripsi di repository UMS dikarenakan termasuk bagian penelitian dosen pembimbing.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan semoga dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Surakarta, 23 Juli 2018

Mengetahui,

Pembimbing



Arina Maliya, S.Kep., Ns., M.Si.Med

Yang Menyatakan



Any Risna Andria

DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Halaman Persetujuan.....	ii
Halaman Pengesahan	iii
Kata Pengantar	iv
Halaman Persembahan	vi
Halaman Motto.....	vii
Halaman Pernyataan Keaslian Skripsi	viii
Halaman Pernyataan Tidak Publikasi Karya Ilmiah	ix
Daftar Isi	x
Daftar Gambar.....	xii
Daftar Tabel	xiii
Daftar Lampiran	xiv
Daftar Singkatan.....	xv
Abstrak	xvi
<i>Abstract</i>	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
E. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Landasan teori	10
1. Lansia	10
2. Hipertensi	17
3. Pijat Punggung	21
4. Pijat Kaki	26
5. Minyak Zaitun.....	34
B. Kerangka Teori	37
C. Kerangka Konsep.....	38
D. Hipotesis	38
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	39
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	40
C. Populasi dan Sampel	40
D. Variabel Penelitian.....	43
E. Definisi Operasional	44
F. Instrumen Penelitian	45
G. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	46
H. Etika Penelitian	47
I. Pengolahan Data	48
J. Analisis Data	48
K. Jalannya Penelitian.....	50
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	56

B. Pembahasan.....	62
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	69
B. Saran	69
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pijat Pada Punggung.....	23
Gambar 2.2 Pijat Pada Punggung.....	24
Gambar 2.3 Pijat Pada Punggung.....	24
Gambar 2.4 Pijat Pada Punggung.....	24
Gambar 2.5 Pijat Pada Punggung.....	25
Gambar 2.6 Pijat Pada Punggung.....	25
Gambar 2.7 Efleurage	29
Gambar 2.8 Pijat Pada Kaki Belakang.....	30
Gambar 2.9 Pijat Pada Kaki Belakang.....	30
Gambar 2.10 Pijat Pada Kaki Belakang.....	30
Gambar 2.11 Pijat Pada Kaki Belakang.....	31
Gambar 2.12 Pijat Pada Kaki Belakang.....	31
Gambar 2.13 Pijat Pada Kaki Depan.....	31
Gambar 2.14 Pijat Pada Kaki Depan.....	31
Gambar 2.15 Pijat Pada Kaki Belakang.....	32
Gambar 2.16 Pijat Pada Telapak Kaki	32
Gambar 2.17 Pijat Pada Telapak Kaki	32
Gambar 2.18 Pijat Pada Telapak Kaki	32
Gambar 2.19 Pijat Pada Telapak Kaki	33
Gambar 2.20 Pijat Pada Telapak Kaki	33
Gambar 2.21 Kerangka Teori.....	37
Gambar 2.22 Kerangka Konsep	38
Gambar 3.1 Rancangan Penelitian.....	39
Gambar 3.2 Alur Penelitian.....	56

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional	44
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi karakteristik responden.....	58
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Sebelum Perlakuan	59
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Setelah perlakuan.....	59
Tabel 4.4 Ringkasan Uji Normalitas	60
Tabel 4.5 Rangkuman Uji Homogen	61
Tabel 4.6 Hasil Uji Independent	61
Tabel 4.8 Uji Paired Sample	62

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 2 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 3 : Lembar Pertanyaan
- Lampiran 4 : Standar Operasional Prosedur Pijat Kaki
- Lampiran 5 : Standar Operasional Prosedur Pijat Punggung
- Lampiran 6 : Standar Operasional Minyak Zaitun
- Lampiran 7 : Data Hasil Penelitian
- Lampiran 8 : Hasil Analisis Data
- Lampiran 9 : Dokumentasi

DAFTAR SINGKATAN

SPSS	: <i>Statistical Package for the Social Sciences</i>
WHO	: <i>World Health Organisation</i>
MMHG	: Milimeter Merkuri
BPSMB	: Balai pengujian sertifikasi mutu dan barang surakarta
SKJ	: Senam Kesehatan Jasmani
BMI	: <i>Body Mass Index</i>
ACE	: <i>Angiotensin-Converting Enzyme</i>
CHF	: <i>Congenital Heart Failure</i>
HDL	: <i>High-Density Lipoprotein</i>

PENGARUH PIJAT KAKI DAN PUNGGUNG TERHADAP TINGKAT TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI PANTI WREDHA DAERAH SURAKARTA

Oleh : Any Risna Andria

Abstrak

Latar Belakang: Pada lansia terjadi proses menua yaitu penurunan daya tahan tubuh terhadap rangsangan serta peningkatan resiko terkena suatu penyakit. Penyakit yang sering ditemukan pada lansia adalah penyakit degeneratif seperti hipertensi. Upaya penanganan lansia yang menderita hipertensi umumnya menggunakan intervensi farmakologi. Namun intervensi farmakologi yang diberikan dalam jangka panjang dapat menimbulkan batuk kering. Maka dari itu, alternatif intervensi non-farmakologi yang diberikan pada lansia untuk menurunkan tingkat tekanan darah dengan pijat kaki dan punggung. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat kaki dan punggung terhadap tingkat tekanan darah pada lansia di Panti Wredha Daerah Surakarta. **Obyek dan Metode:** obyek pada penelitian ini adalah lansia hipertensi yang tinggal di Panti Wredha Daerah Surakarta dengan jumlah sampel 30 responden. Desain penelitian menggunakan kuantitatif dengan *pre and post test with control*. Analisis data untuk mengetahui korelasi pada penelitian ini menggunakan uji Paired Sampel T-Test. **Hasil:** Nilai uji Independent T-Test diperoleh (*p-value*) sebesar 0,010 sehingga (*p-value*) lebih besar dari 0,05. Nilai uji Paired Sampel T-Test diperoleh (*p-value*) sebesar 0,001 sehingga (*p-value*) lebih besar dari 0,05. Pada kelompok kontrol sebelum (skor pre) sebagian besar tingkat tekanan darah hipertensi stadium 2 dan setelah (skor post) sebagian besar dengan tingkat tekanan darah hipertensi stadium 1. Pada kelompok intervensi sebelum (skor pre) sebagian besar tingkat tekanan darah hipertensi stadium 2 dan setelah (skor post) sebagian besar dengan tingkat tekanan darah prehipertensi. **Kesimpulan:** Ada perbedaan tingkat tekanan darah pada kelompok sebelum dan sesudah dilakukan pijat kaki dan punggung di Panti Wredha Daerah Surakarta.

Kata Kunci: lansia, hipertensi, pijat kaki, pijat punggung

THE EFFECT OF FOOT AND BACK MASSAGE ON BLOOD PRESSURE LEVELS IN ELDERLY AT WREDHA AREA OF SURAKARTA

By : Any Risna Andria

Abstract

Background: In elderly there is aging process that is decrease in the body resistance to stimulation and an indecreased risk of developing a disease. The diseases that are often found in the elderly are degenerative diseases such as hypertension. Efforts to deal with elderly people who tend to be sensitive generally use pharmacological interventions. However, the pharmacological intensity given in the long term can cause dry cough. Therefore, alternative non-pharmacological interventions given to the elderly to reduce blood pressure levels with foot and back massage. **Purpose:** This study aimed to determine the effect of foot and back massage on blood pressure in elderly at Panti Wredha Surakarta. **Objects and Methods:** The object of this research is the hypertension elderly living in Panti Wredha Surakarta with a total sample of 30 respondents. The research design used quantitative with pre and post test with control. Analysis of data to determine correlation in this research using Paired Samples T-Test. **Result:** The value of Independent T-Test obtained (p-value) of 0.010 so that (p-value) is greater than 0,05. The value of Paired Samples T-Test obtained (p-value) of 0.001 so that (p-value) is greater than 0,05. In the pre control group (pre score) most of the blood pressure levels of hypertension stage 2 and after (post score) were mostly hypertension stage 1 blood pressure levels. In the pre intervention group (pre score) most of the blood pressure levels of hypertension stage 2 and after (post score) were mostly prehypertensive blood pressure level. **Conclusion:** There was a difference in blood pressure levels in groups before and after foot and back massage at Panti Wredha Surakarta.

Keywords: elderly, hypertension, foot massage, back massage